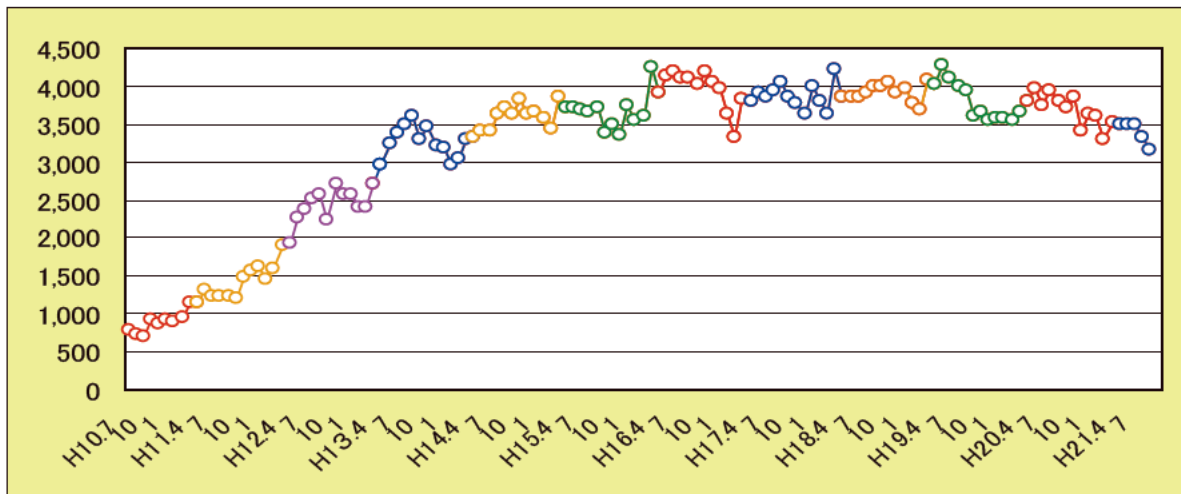


1 はじめに

「食」も「ケア」であり、その喜びは癒しと活力につながるとの考えから、日々の配食サービスに情熱と創意を持って取り組んでいる。

富田浜在宅介護サービスセンター(以降、「当施設」)の配食サービスはついに 11 年目を迎えることが出来た。四日市市の委託事業として、地域の一人暮らしの高齢者への配食サービス。“浜っこ弁当”の需要は当初登録者 19 名、月の配食数 800 食だったのが、現在登録者 160 名、月の配食数 4,000 食までになっている。(資料 1)



資料 1 「月別総食数推移」

毎日、ご利用者様のもとへ出来たてのお弁当を「栄養士」自らがお届けし、御利用者の「今日もありがとう。」その言葉を受けご利用者の「安否確認」をし、「おいしかったよ。」の言葉にパワーをいただき、雨の日も雪の日にも負けずに 365 日配り続けている。

11 年の間にご利用者様の顔ぶれはだんだんと移り変わり、また安否確認のなかで様々な出来事があった。在宅の高齢者を取り巻く環境は想像よりも厳しく、介護者の負担はますます増加している。その中で配食サービスは「衣食住」の食を確保する、在宅生活継続を支える大きな担い手であると考えている。まさに「食」も「ケア」である。

2 配食サービス（浜っこ弁当）取り組み

四日市市は 25 地区に分けられている当施設は四日市市北部にあり、富田地区（半径約 2.5km）を担当している。高齢化率は既に 24.7%（平成 21 年 10 月 1 日現在）である。配食サービスにおいても最高 102 歳～43 歳、平均年齢 81 歳の方々を対象としている。今後も高齢者の割合が高くなり、間違いなく、私達の配食サービスの需要が高まることが予想される。



(1) 浜っこ弁当 どんな人が利用できるか

独居高齢者、高齢者世帯、昼間独居高齢者、行政が認める者。

(2) 利用日

365日(但し日曜日、祝日、年末年始、は昼食のみ)それ以外は昼食と夕食

(3) 利用料

1食 600円(うち補助金 100円自己負担 500円)

(4) 食事内容及びその他の工夫

- ① 高齢者向けの献立お粥、きざみ食、ペースト食にも対応利用者の嗜好個別対応疾患別、アレルギー、咀嚼嚥下困難対応
- ② 盛り付けは主に栄養士が対応
- ③ 配食は栄養士を中心とする(配食責任担当栄養士1名・必要時他の栄養士11名が参画する)
- ④ 配食時間 1時間以内に原則手渡し
- ⑤ 見守り機能の徹底(安否確認)、健康状態のききとり、不在時の確認

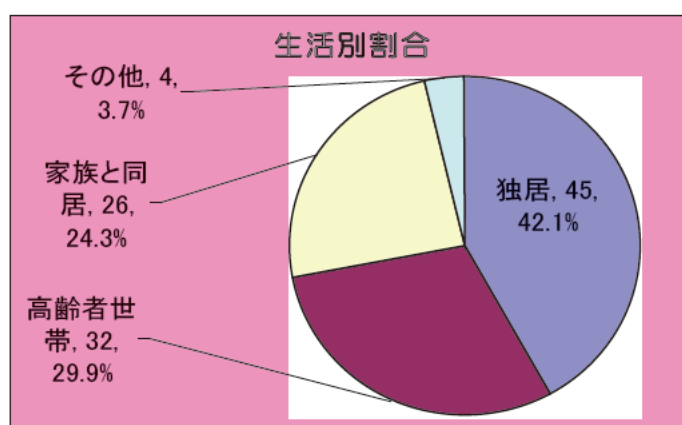


3 「何故そうしたか」の当施設の特徴を紹介

さまざまなお弁当を、見て食べ感じたこと、あまりにも揚げ物が多いこと、噛み切れない食材、味付けの濃さ薄さが極端、見栄えの悪さ、いかにも弁当である。

自分が食べるには、このような弁当だと3日食べればいやになると感じた。そこで高齢の方にとって飽きない食事とは考えると、家庭料理を中心として、時に季節感を持った行事食などを盛り込み、見た目の大切さを重視する弁当が提供できればと考えた。結果、栄養士たち自らが献立から食材の仕入れ調理、盛り付け配食、そして容器の回収にいたるまで責任を持って進めていく方針を立てた。栄養士がフルに関わることで食して下さる方々からの要望や、献立の面の問題点など即座にすくいあげて日々の調理に取り入れることができる。

配食サービスを利用する方は、お年寄りで1人暮らし、お年寄り夫婦だけのお宅が多く(資料2)人と接することが少なく生活が単調になりがちである。食事だけではなく会話やコミュニケーションも届けるという方針を取り入れて行っている。栄養士が宅配することでさり気ない栄養指導を含めた対応が可能となる。身体の変化、心の変化と共に、何かあればかかりつけ医、または家族、福祉関係者、にフィードバックして早期に対策が立てられる。配食サービスの見守り機能である安否確認が充分果たせる体制と考える。



資料2「生活別割合」

同一食材の様々な対応食写真



適温適時配食はいまや常識であるが、暖かいものは暖かく、冷たいものは冷たい間にも1つのコミュニケーションであり、作ってから1時間以内にすべての配食をと心がけている。

特に夏場の衛生管理を考え当初保冷車、保冷用弁当箱の使用を考えテストをした。しかし、保冷車に依存し一括配食となり手元に届くのに時間がかかる。また、保冷用弁当箱は密封性は良いが高齢者にとり大きく重みがあるため、扱いに不便が生じると共に蓋があげにくいなどデメリットが多かった。試行錯誤した結果、現在の弁当箱を採用しスピーディーな時間との戦いの中で、配食ルート（車3台を使い3ルートとして運行、近隣は自転車にて配食する）衛生管理対応工夫により乗り切っている。

4 配食サービス必要性更に感じて

配食サービスする中でさまざまな介護に関する問題に直面してきた。孤独死、虐待、認知症など、高齢者の人権に関わるケースが生じている。

それだけではなく、独居の高齢者は食事作りがままならず、菓子パン、うどんといった食事を続け、やがて低栄養を招き何かしらの病の引き金になる。これらの問題の発生や疾患の発症、進展は食生活や生活環境に強く影響を受けるのである。実際、在宅高齢者の約30%が低栄養状態であると推定され、目の届かない潜在的な栄養障害も含めるとさらに多いとの報告もあり、高齢者向けの食形態や工夫、調整をされた食事サービスは大きな意義を持っていると考える。



配食時のエピソードに、玄関先で亡くなられているご利用様様の第一発見者になったこともある。お風呂上がりだったのであろう、浴衣を軽くはおり仰向けの状態で倒れていた。生気が感じられず、硬直されていたので明らかに亡くなってから数時間経過しているようにもみえた。110番通報をし、事情聴取を受けることになった。この方は、訪問介護も通所サービスもご利用しておらず、配食サービスをされていないならば、いつ発見されていたかわからなかったことであろう。世間との繋がりが希薄になりつつある今日では、起こるべくして起こった大きな事件だったと思う。このことから食事の確保だけでなく、見守りを含めた重要な役割を配食サービスは担っている。

また、重度の認知症によって生活水準が徐々に低下しつつある状況で、食事管理が困難となり近くを通りかかった私達に直接助けを求められ、配食をご希望された。しかし、配食サービス自体の存在を理解できず、『頼んでない弁当が届いている、本当に困る』など最大で1日6回同じ内容の問い合わせをされたりすることもあった。重度の認知症の方は全ての出来事が初めての出来事である為、その都度懇切丁寧に対応することで、現在は私達の訪問を心待ちにされている。

その他に、サービス立ち上げより約9年間在宅生活の支援のため配食サービスを利用されていた方で、認知症悪化に伴い、食事管理のみでなく様々な支援が必要となった。まず、在宅介護支援センターから脱水症の傾向があるとの連絡を受け、昼食時に『汁物』・夕食時に『お茶』を提供し水分補給を促して夏場を乗り切った。しかし、次第に配食弁当箱の認識ができなくなり、部屋にゴミが散乱するようになった。その様な中でも、配食に何うと私達を忘れることなく笑顔で弁当を受け取ってくれていた。この方に対しては最も配食サービスの貢献が実感できた例である。



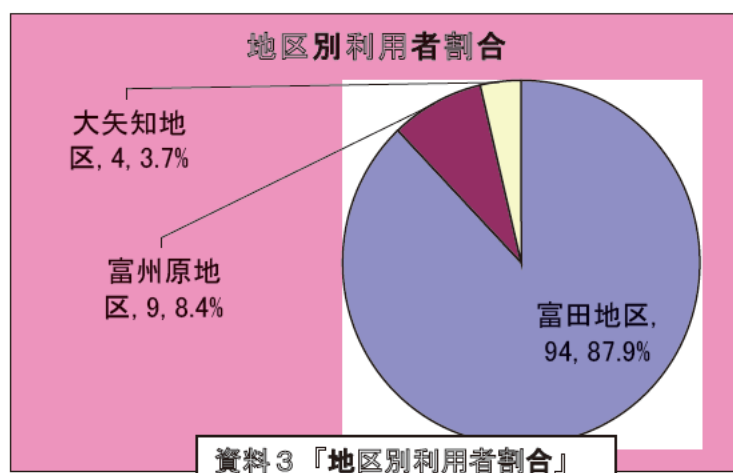
一般職（夕食は黒、昼食は赤の朱塗りのお弁当を使用）

配食サービス立ち上げから9年間の交流において培われた信頼だと思う。この方は、平成19年1月に体調不良となり入院、加療退院後は特別養護老人ホームへ入所されたが3ヵ月後亡くなった。独居で認知症ありながら9年間在宅生活を支えられたという思いは職員にとって多いなる誇りと達成感に繋がっていると考える。

5 配食サービスの今後の課題

現時点において当サービス利用者数は、冒頭のグラフでも示したように、時として4,000食を超えることもあるが、地域性・施設規模・食の安全性を考えると、より良い配食サービスには3,600～4,000食が適量である。それは、温かいものは温かく、冷たいものは冷たく召し上がっていただくには、細やかな配慮が必要になるからである。

また、利用者の割合を5年前と比較すると富田地区が10%増加して



資料3 『地区別利用者割合』

いる。地元をより重視したサービスとなりつつある。(資料3)

採算性については不採算性部門と位置づけているが、経済性への努力は常に念頭に置きながら運営している。

それぞれの専門職が、高齢者の在宅生活支援を行う中で当施設の栄養士は『食もケアなり』をコンセプトに食事管理・健康面での見守りを中心に配食サービスにアプローチしている。昨今は病気や障害を持ちながら在宅生活を送る方が多くなって来ている。食事内容は多岐に渡り、主食は「ご飯」と「お粥」のいずれか、治療食としては一般食だけでなく、糖尿病、腎臓病、高血圧症、食形態はペースト食、超キザミ食、キザミ食など介護食として対応、その他嗜好やアレルギーなどにも対応している。これは直営の厨房を持つ当施設ならではの技術と特徴と職員の意欲の賜物である。しかし限界があることも事実である。

6 おわりに

少しでも多くの方にお弁当をお届けできるように常に配達ルートを見直しながら、富田の町を走り回っている。「浜っこさんが来たよ」と声をかけていただき、地域の皆様に、「1人でも家で生活できるのやなあーわしができんようになったらたのむな」と声がかかる。不安を抱えながら居られるのだと感じながら、地域でのいざというときの頼れる配食サービスでありたいと願う。

単なる食事提供のみで無く、富田地区在宅介護サービスセンター配食サービスは、在宅介護支援センター及び地域の民生委員と連携し、高齢者の実態の把握に努め、利用者 と家族及び他職種を繋ぐ架け橋となる。利用者の在宅生活を支える地域の介護力の一力となり、多くの利用者の在宅生活に配食を通じてサポートしていきたい。その為に、地域に密着し信頼される、「食」は命の源、を使命に栄養士を中心とする、当施設の配食サービスの長を生かした活動を続けていく所存である。